



Ayuntamiento de Cádiz

imd INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE

PROGRAMA DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS MUNICIPALES DURANTE LA TEMPORADA 2026/2027





INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES EN CURSOS

Las inscripciones se podrán realizar de manera presencial en las **OFICINAS DE ATENCIÓN AL USUARIO** a partir del 3 de septiembre según el siguiente calendario:

✓ COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

Avda. Periodista Beatriz Cienfuegos, s/n, 11011 Cádiz

Teléfono: 956 211 256

✓ PISCINA DE ASTILLEROS

Paseo Marítimo de Astilleros, s/n, 11012 Cádiz

Teléfono: 956 209 449

✓ POLIDEPORTIVO EL NÁUTICO

Plaza de Filipinas s/n, 11004 Cádiz

Teléfono: 956 229 041

oficinaimdcadiz@eulen.com

<https://deporte.cadiz.es>

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ	
DÍAS	INSCRIPCIONES
7 AL 11 SEPTIEMBRE	MODIFICACIONES USUARIOS CURSO 25-26
14 SEPTIEMBRE	MATRONATACIÓN (6 a 24 meses)
15 Y 16 SEPTIEMBRE	BENJAMINES (2 a 4 años)
17 SEPTIEMBRE	ESCUELAS (5 a 14 años)
18 SEPTIEMBRE	ADULTOS (15 a 65 años)
	VETERANOS (más de 60 años)
	GIMNASIA ACUÁTICA
21 Y 22 SEPTIEMBRE	GIMNASIA RÍTMICA

PISCINA DE ASTILLEROS DE CÁDIZ	
DÍAS	INSCRIPCIONES
3 Y 4 SEPTIEMBRE	NATACIÓN LIBRE
7 Y 8 SEPTIEMBRE	MODIFICACIONES USUARIOS CURSO 25-26
9 Y 10 SEPTIEMBRE	MATRONATACIÓN (6 a 24 meses)
	BENJAMINES (2 a 4 años)
14 Y 15 SEPTIEMBRE	ESCUELAS (5 a 14 años)
	ADULTOS (15 a 65 años)
	GIMNASIA ACUÁTICA
16 Y 17 SEPTIEMBRE	NATACIÓN PREVENTIVA (problemas de espalda)
	GIMN. MANTENIMIENTO LA PAZ Y NÁUTICO

**Las familias con hijos en distintos cursos podrán realizar la inscripción en un solo día, sin necesidad de acudir dos veces a las oficinas de información.*



INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES EN CURSOS

REQUISITOS:

- ✓ Inscripción: 10 €.
- ✓ Abonar el importe correspondiente con tarjeta bancaria
- ✓ Cumplimentar la Solicitud de Inscripción.
- ✓ No tener pendiente ningún recibo anterior.
- ✓ **IMPORTANTE:** La solicitud de baja de cualquier actividad deberá formalizarse con anterioridad al día 25 del mes previo, enviando un correo electrónico a la siguiente dirección:
bajasactividades.imdcadiz@eulen.com

DESCUENTOS:

Para domiciliados en Cádiz. No acumulables.

- ✓ FAMILIA NUMEROSA: General 30% - Especial 50%
- ✓ MAYORES DE 60 AÑOS: 50%
- ✓ DISCAPACITADOS: 50% (acreditar minusvalía = o mayor al 33% reconocida INSS)
- ✓ ESTUDIANTES UCA: 25%
- ✓ CARNET JOVEN: 10%
- ✓ IPREM: 100%, 50%, 25% Y 10% (consultar condiciones en la ORDENANZA FISCAL).

LISTAS DE ESPERA: La vigencia de las listas de espera correspondientes a todas las instalaciones expirará el 30 de junio.

IMPORTANTE RENOVACIÓN AUTOMÁTICA:

Aquellas personas inscritas a fecha de 30 de junio dispondrán de la reserva automática de su plaza para el próximo curso académico, bajo las siguientes condiciones:

- ✓ Solicitud de baja: Si desea tramitar la baja en la actividad, deberá formalizar la solicitud con anterioridad al 25 de septiembre.
- ✓ Modificación de horario: Los cambios de horario deberán realizarse exclusivamente dentro de las fechas habilitadas para tal fin (consúltese la página anterior).



COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

Todos los cursos de natación (excepto Natación preventiva) y Gimnasia Rítmica, tendrán una duración del 1 de octubre de 2026 al 30 de junio de 2027.

CURSOS DE MATRONATACIÓN:

Edad: de 6 a 24 meses (obligatorio 1 acompañante a la piscina por niño/a). Accederán por los vestuarios de benjamines de piscina (máx. por curso 12 y mínimo 3 bebés).

Se convocan los siguientes Cursos:

MARTES Y JUEVES	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES
12:00 A 12:30	16:15 A 16:45

CURSOS DE BENJAMINES:

Edad: de 2 a 4 años (1 acompañante al vestuario por niño/a: Accederán por los vestuarios de benjamines de piscina) (máx. por curso 18 y mínimo 3 niños/as).

Se convocan los siguientes Cursos:

PRECIO: 16,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

LUNES A VIERNES
16:45 A 17:30
17:30 A 18:15
18:15 A 19:00
19:00 A 19:45

PRECIO: 16,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

CURSOS DE ESCUELA DE NATACIÓN:

Edad: de 5 a 14 años (De 5 a 10 años sólo 1 acompañante a los vestuarios. A partir de 10 años no se admiten acompañantes a los vestuarios) (máx. por curso 48 y mínimo 6 niños/as).

PRECIO: 14,80 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES A VIERNES
16:45 A 17:30
17:30 A 18:15
18:15 A 19:00
19:00 A 19:45



COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

CURSOS DE NATACIÓN ADULTOS:

Edad: de 15 a 65 años. Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 30 y mínimo 6 usuarios).

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	VIERNES
	9:45 A 10:30	
10:30 A 11:15	10:30 A 11:15	10:30 A 11:15
18:15 A 19:00	19:00 A 19:45	18:15 A 19:00
20:00 A 20:45	20:00 A 20:45	

PRECIO: 14,80 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

CURSOS DE NATACIÓN DE VETERANOS:

Edad: mayores de 60 años. Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 30 y mínimo 6 usuarios).

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES A VIERNES

11:15 A 12:00

PRECIO: 14,80 €/MES POR SESIÓN SEMANAL



COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

GIMNASIA ACUÁTICA:

Edad: a partir de 14 años. Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 20 y mínimo 6 usuarios).

PRECIO: 17,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES Y MIÉRCOLES	LUNES A JUEVES
9:45 A 10:30	20:00 A 20:45
10:30 A 11:15	

CURSOS DE NATACIÓN PREVENTIVA:

Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 15 y mínimo 6 usuarios). Del 1 de octubre de 2026 al 31 de agosto de 2027.

PRECIO: 17,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES A JUEVES	VIERNES
16:00 A 16:45	
16:45 A 17:30	16:45 A 17:30
17:30 A 18:15	17:30 A 18:15
18:15 A 19:00	18:15 A 19:00



COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

RESUMEN CURSOS NATACIÓN:

CURSOS	DÍAS	HORAS
MATRONATACIÓN	MARTES Y JUEVES	12:00 A 12:30
	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	16:15 A 16:45
BENJAMINES	LUNES A VIERNES	16:45 A 17:30
		17:30 A 18:15
		18:15 A 19:00
		19:00 A 19:45
ESC. NATACIÓN	LUNES A VIERNES	16:45 A 17:30
		17:30 A 18:15
		18:15 A 19:00
		19:00 A 19:45
NATACIÓN ADULTOS	LUNES Y MIÉRCOLES	10:30 A 11:15
		18:15 A 19:00
		20:00 A 20:45
	MARTES Y JUEVES	9:45 A 10:30
		10:30 A 11:15
		19:00 A 19:45
		20:00 A 20:45
	VIERNES	10:30 A 11:15
		18:15 A 19:00

CURSOS	DÍAS	HORAS
NAT. VETERANOS	LUNES A VIERNES	11:15 A 12:00
NAT. PREVENTIVA	LUNES A JUEVES	16:00 A 16:45
		16:45 A 17:30
		17:30 A 18:15
		18:15 A 19:00
	VIERNES	16:45 A 17:30
		17:30 A 18:15
GIMN. ACUÁTICA	LUNES Y MIÉRCOLES	9:45 A 10:30
		10:30 A 11:15
	LUNES A JUEVES	20:00 A 20:45



COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

NATACIÓN DEPORTIVA:

Práctica de la Natación en las calles asignadas del Vaso de competición (de 50 x 25 metros) por un tiempo máximo de 1 hora/día en total en los horarios establecidos por la instalación (el horario de los sábados se colocará en los tableros informativos).

Actividad desde los 14 años. El usuario debe saber nadar con suficiencia y autonomía para la práctica deportiva de la natación.

PRECIOS:

- ✓ 17,40 €/MES turno de mañana de lunes a sábados
- ✓ 22,40 €/MES turno de tarde de lunes a sábados

SALA DE MUSCULACIÓN:

Actividad anual desde los 14 años que consta de dos salas de entrenamiento, musculación y sala aeróbica con monitor/a.

PRECIOS:

- ✓ 20,40 €/MES turno de mañana de 8:00 a 15:00 horas de lunes a viernes
- ✓ 26,50 €/mes turno de mañana y tarde de 8:00 a 23:00 horas de lunes a viernes



COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

SALA FITNESS:

Actividad anual desde los 14 años.

PRECIO: 26,50 €/MES

- ✓ Turno de mañana de lunes a viernes en horario de 10:00 a 12:45 horas
- ✓ Turno de tarde de lunes a viernes en horario de 16:30 a 21:30 horas

GIMNASIA RÍTMICA:

Se convocan los siguientes cursos:

PRECIO: 28,50 €/MES

- ✓ Iniciación: lunes, miércoles y viernes en horario de 17:00 a 18:00
- ✓ Iniciación: lunes, miércoles y viernes en horario de 18:00 a 19:00 horas



COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

ABONOS:

A partir de 14 años. El horario de natación los sábados se colocará en los tabloneros informativos.

✓ Musculación/natación (de lunes a viernes):

- Turno de mañana. Musculación de 8:00 a 15:00 y natación de 8:00 a 14:3032,50 €/Mes
- Turno de tarde. Musculación de 8:00 a 23:00 y natación de 8:00 a 14:30 y de 15:30 a 22:0036,00 €/Mes

✓ Musculación/Sala Fitness (de lunes a viernes):

- Turno de mañana de 8:00 a 15:0023,40 €/Mes
- Turno de tarde de 8:00 a 23:0030,50 €/Mes

✓ Natación/Sala Fitness (de lunes a viernes):

- Turno de mañana de 8:00 a 14:3032,50 €/Mes
- Turno de tarde de 8:00 a 14:30 y de 15:30 a 22:0036,00 €/Mes

✓ Abono multiactividad (de lunes a viernes):

- Musculación de 8:00 a 23:00, sala fitness de 10:00 a 21:15 y natación de 8:00 a 14:30 y 15:30 a 22:0040,00 €/Mes

En fechas especiales como Navidad, Semana Santa, Carnavales y verano, estos horarios se verán reducidos.



PABELLÓN DEPORTIVO LA PAZ

La instalación cuenta con un vestuario masculino y otro femenino por lo que, en los casos que sea necesario el acceso de un acompañante, éste será del mismo sexo que el usuario.

Acondicionamiento físico, bienestar y movilidad:

Del 1 de octubre de 2026 al 30 de junio de 2027.

PRECIOS: 1 sesión semanal 8,70 €/MES, de lunes a viernes los siguientes horarios:

- ✓ De 8:00 a 9:00 horas
- ✓ De 9:00 a 10:00 horas
- ✓ De 10:00 a 11:00 horas
- ✓ De 11:15 a 12:15 horas
- ✓ De 12:15 a 13:15 horas

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
08:00-09:00	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL
09:00-10:00	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL
10:00-11:00	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA FUNCIONAL
11:15-12:15	TONIFICACIÓN MUSCULAR	PILATES	GAP	PILATES	GIMNASIA FUNCIONAL
	ESTIRAMIENTOS	ESTIRAMIENTOS	ESTIRAMIENTOS	ESTIRAMIENTOS	
12:15-13:15	GAP	PILATES	GIMNASIA FUNCIONAL	PILATES	TONIFICACIÓN MUSCULAR
	ESTIRAMIENTOS	ESTIRAMIENTOS		ESTIRAMIENTOS	ESTIRAMIENTOS



POLIDEPORTIVO EL NÁUTICO

Los vestuarios de la instalación tienen taquillas individuales para los usuarios, los cuales deberán llevar el candado necesario para el cierre de dichas taquillas.

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO:

Actividad de 12 meses.

PRECIOS: 1 sesión semanal 8,70 €/MES

LUNES A VIERNES
18:00 a 19:00
19:00 a 20:00
20:00 a 21:00

Máximo 15 y mínimo 5 usuarios por clase.

GIMNASIA FUNCIONAL:

Del 1 de octubre de 2026 al 30 de junio de 2027

PRECIOS: 1 sesión semanal 8,70 €/MES, de lunes a viernes en horario de 9:30 a 10:30 horas o de 10:30 a 11:30 horas



PABELLÓN CENTRO HISTÓRICO

La instalación dispone de taquillas individuales de moneda para los usuarios.

SALA DE MUSCULACIÓN:

Actividad anual desde los 14 años que consta de una sala de musculación con monitor/a.

PRECIOS:

- ✓ 18,00 €/MES turno de mañana de 8:00 a 13:00 horas de lunes a viernes
- ✓ 23,50 €/mes turno de mañana y tarde de 8:00 a 13:00 horas y de 17:00 a 22:00 horas de lunes a viernes



PISCINA MUNICIPAL DE ASTILLEROS

La instalación cuenta con un vestuario masculino y otro femenino por lo que, en los casos que sea necesario el acceso de un acompañante, éste será del mismo sexo que el usuario. Los vestuarios de la instalación tienen taquillas individuales para los usuarios, los cuales deberán llevar el candado necesario para el cierre de dichas taquillas.

Todos los cursos de natación (excepto Natación preventiva) tendrán una duración del Del 1 de octubre de 2026 al 30 de junio de 2027.

CURSOS DE MATRONATACIÓN:

Edad: de 6 a 24 meses (obligatorio 1 acompañante a la piscina por niño/a). Accederán por los vestuarios de benjamines de piscina (máx. por curso 12 y mínimo 3 bebés).

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES, MARTES Y MIÉRCOLES
17:00 a 17:30

CURSOS DE BENJAMINES:

Edad: de 2 a 4 años (1 acompañante al vestuario por niño/a: Accederán por los vestuarios de benjamines de piscina) (máx. por curso 12 y mínimo 3 niños/as).

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES A VIERNES
17:30 a 18:15

PRECIO: 16,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

PRECIO: 16,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

CURSOS DE ESCUELA DE NATACIÓN:

Edad: de 5 a 14 años (De 5 a 10 años sólo 1 acompañante a los vestuarios. A partir de 10 años no se admiten acompañantes a los vestuarios) (máx. por curso 24 y mínimo 6 niños/as).

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES A VIERNES
18:15 a 19:00

PRECIO: 14,80 €/MES POR SESIÓN SEMANAL



PISCINA MUNICIPAL DE ASTILLEROS

CURSOS DE NATACIÓN ADULTOS:

Edad: de 15 a 65 años. Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 24 y mínimo 6 usuarios).

Se convocan los siguientes Cursos:

MARTES Y JUEVES
20:00 a 20:45

PRECIO: 14,80 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

GIMNASIA ACUÁTICA:

Edad: a partir de 14 años. Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 15 y mínimo 6 usuarios).

PRECIO: 17,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

Se convocan los siguientes Cursos:

MARTES Y JUEVES
19:00 a 19:45

CURSOS DE NATACIÓN PREVENTIVA:

Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 15 y mínimo 6 usuarios). Del 1 de septiembre de 2026 al 31 de julio de 2027.

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES, MARTES, MIÉRCOLES Y JUEVES
17:15 A 18:00
18:00 A 18:45

PRECIO: 17,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

NATACIÓN DEPORTIVA:

Práctica de la Natación en las calles asignadas del Vaso deportivo por un tiempo máximo de 1 hora/día en total y uso del Circuito de Agua (máx. 15 min.) en los horarios establecidos por la instalación. Actividad desde los 14 años. El usuario debe saber nadar con suficiencia y autonomía para la práctica deportiva de la natación.

PRECIOS:

- ✓ 17,40 €/MES turno de mañana de lunes a sábados
- ✓ 22,40 €/MES día completo de lunes a viernes y sábados en turno de mañana.



PISCINA MUNICIPAL DE ASTILLEROS

RESUMEN CURSOS NATACIÓN:

CURSOS	DÍAS	HORAS
MATRONATACIÓN	LUNES, MARTES Y MIÉRCOLES	17:00 A 17:30
BENJAMINES	LUNES A VIERNES	17:30 a 18:15
ESCUELAS NATACIÓN	LUNES A VIERNES	18:15 a 19:00
NATACIÓN ADULTOS	MARTES Y JUEVES	20:00 a 20:45
NATACIÓN PREVENTIVA	LUNES, MARTES, MIÉRCOLES Y JUEVES	17:15 A 18:00
		18:00 A 18:45
GIMNASIA ACUÁTICA	MARTES Y JUEVES	19:00 a 19:45